

迎接巴黎 距離揭幕尚餘 10日



體操從來都是中國體壇的強項之一，歷來在包括奧運、世錦賽及世界盃的三大賽中，共奪得了157面金牌，在體操界無出其右。今屆巴黎奧運會，中國體操隊依然是這項目的擂台，其中「雙槓王」鄒敬園及17歲高低槓超新星邱祺緣這對老將幼兵，更會國家隊的金牌雙保險，可望再次為國爭光。

踏進體操館，先映入眼簾的白板有着這樣的一句話：「團結！拼搏！把每個訓練日當作比賽日！每個人要做行動派！有血性！」這句非常「貼地」的口號道出了國家體操隊能夠叱咤體壇多年的精神。

上屆東京奧運會中，體操隊憑管晨辰在女子平衡木取得冠軍，為國家體操隊在女子項目中奪得唯一一面金牌，不過今年國家女子體操隊卻出現了一位新星，她便是2017年出生的邱祺緣，她在去年10月首次出戰世界體操錦標賽已摘得女子高低槓冠軍，充分展現其天賦。提到這佳績，邱祺緣認為臨場應變是其奪金關鍵：「我一直有在儲備難度，在體能允許的情況下會把程度往上加，去年剛上成年組出戰世界盃，其實第一戰發揮得不算好，後來及時調整便變得順一點。」

頭頂世界冠軍的光環，初踏奧運五環舞台便被寄望為女子體操隊領軍人物，但邱祺緣對巴黎奧運卻是期待大於壓力：「現在離奧運已經很近，很想快點到巴黎，希望到時能夠看看艾菲爾鐵塔。奧運是最大舞台，壓力肯定是有的，要把壓力轉化為動力，如果連一點壓力都頂不住的話，也沒辦法談衝擊奧運金牌。」

另邊廂，鄒敬園剛於4月的全國體操錦標賽取得冠軍，作為東京奧運金牌得主，他早早獲得直進巴黎奧運會的資格展開備戰，這位聞名世界的「雙槓王」強調自己在心態上仍保持着初出茅廬時那份拚勁：「我也不是每次出場都能有世界級表現，總而言之要繼續努力，每天都要比昨天更好，就算只是一點一滴的進步，我也會欣然接受。」

由鄒敬園、張博恆、肖若騰、林超攀及蘭星宇組成的男子體操隊，在去年杭州亞運獲得體操男子團體冠軍，而男團作為巴黎奧運首個體操獎牌項目更是別具意義，奧運舞台上強敵環伺，鄒敬園認為心態上絕不能輸：「我們都知道要在奧運奪冠難度有多大，我們想法是不能輸也不要輸，到最後一刻一定要咬下來，要時刻充滿信心。」



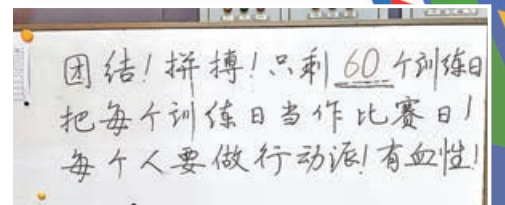
英東游泳館間中會開放予市民享用。張發兒攝



鄒敬園經驗老到，備戰認真。張發兒攝



體操隊早定好備戰日程，態度認真。張發兒攝



字裏行間可見體操隊的決心。張發兒攝



邱祺緣前途無限，無懼壓力。張發兒攝

奧體中心成國家隊與人民連結

中國在世界體壇地位愈來愈舉足輕重，奧運、冬奧及亞運等世界大型綜合運動會一次又一次落戶中國，各個嶄新的體育場館如雨後春筍般湧現，不過有着34年歷史的國家奧體中心始終有着其特殊地位，這個在1990年完工的國家級體育地標，未有隨着歲月流逝而式微，反而成為了國家隊與人民之間的連結。

國家奧體中心內有多項設施，其中更有一些香港元素，設施之一的英東游泳館由霍英東捐資興建，現時成為了國家水球隊訓練基地，而體育場及英東游泳館均開放給市民使用，務求發揮大型體育場館的公益性的同時，亦做好產業經營及體育文化宣傳工作，充分顯現國家級體育場館的示範作用。

劉洋背後的女人 港人之光呂欽諾

中國體操隊多年來能夠一直處於世界領先地位，當然少不了背後團隊的貢獻，而國家體操隊之中，就出現了一位來自中國香港的身影，任職國家體操隊康復師的呂欽諾。現時主要負責東京奧運金牌得主劉洋的康復治療及體能訓練，可說是「劉洋背後的女人」。

8年前呂欽諾從香港高等教育科技學

院運動及康樂管理科目畢業，她曾先後在香港欖球總會及廣東體操隊工作，後來才成為國家體操隊康復師。呂欽諾解釋其工作性質：「日常工作主要是去幫隊員按摩放鬆，另外也需要替運動員做儀器治療，貼肌肉貼等，更多時間會和隊員有密切接觸，因為我們需要知道運動員的身體狀況如何，才可以想辦法去提高他們的運動表

現和緩解身體不適。」

就在劉洋於2023年體操世錦賽男子吊環決賽取得冠軍的時候，默默耕耘7年的呂欽諾終於成功圓夢：「最開心是隊員取得勝利的時候，自己可以見到國旗升起，聽到奏國歌，對我來說十分驕傲，同埋為國家感到自豪，那時已經完成了我的夢想。」



呂欽諾(上)在國家隊建立自己事業，貢獻國家。張發兒攝